



Be Prepared

فارسی
Farsi

– عربی – آلمانی – انگلیسی –
– فارسی – پشتو –

اپلیکیشن برای پناهندگان در ارتباط با موضوع
الکل و شادمانه و نحوه و چگونگی برخورد و
کنار آمدن در مصرف با احتیاط و ایمنی کامل.



© AS Photo Project – stock.adobe.com

سوال این نیست چرا؟ سوال این است چرا
نه؟

برنامه به پریپارد بخشی از شبکه مداخله کوتاه دیجیتالی به فرهنگ حساس
برای جوانان پناهنده و برای کاهش مصرف مشروبات الکلی و شادمانه و
پیشگیری و درمان اختلالات مرتبط با مواد در پناهندگان است.

DAI-Labor
TU Berlin

PREPARE

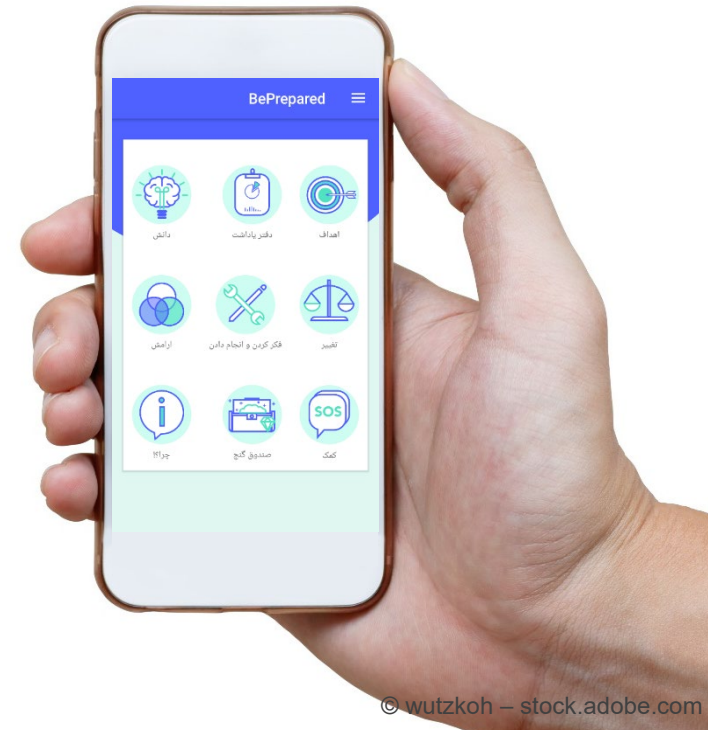
katho
Katholische Hochschule Nordrhein-Westfalen
Catholic University of Applied Sciences

Deutsches Institut für Sucht-
und Präventionsforschung

SPONSORED BY THE
Federal Ministry
of Education
and Research

Funding number:
01EF1805D

اکنون به صورت رایگان در Play Store دانلود کنید.
حالا شروع می کنیم امتحانش کن!



© wutzkoh – stock.adobe.com

شما می خواهید...

تغییر چیزی؟

برنامه به شما کمک می کند اولویت ها را تعیین کنید و بدانید که واقعاً چه چیزی چه اهمیتی دارد.



گزینه های دیگری پیدا کنید؟

برنامه شما را در زندگی روزمره همراهی می کند و از شما دعوت می کند چیزهای جدید را امتحان کنید.



اهداف را خودتان تعیین کنید؟

چه مصرف کمتری داشته باشید و یا چه کاملاً از مصرف دست بکشید، این اپلیکیشن شما را کمک و همراهی می کند.



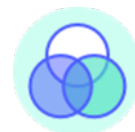
نگاه کلی را حفظ کنید؟

این برنامه به شما نشان می دهد که چقدر در روز/ هفته/ ماه مصرف کرده اید.



آرامش؟

این برنامه به شما اطلاعات در مورد احساسات و مصرف می دهد و به شما نشان می دهد که چگونه بدون الکل یا شاهدانه کوتاه می آید و به خودتان مسلط می شوید.



اطلاعات در مورد الکل و شاهدانه؟

آزمون پرسش و پاسخ و تعداد زیادی متن کوتاه با اطلاعات کاملاً واضح در باره پیشنهادات کمک، قوانین و رفتار محتاتانه صحبت می شود



پشتیبانی در محل سکونت؟

برنامه شما را در مورد مراکز مشاوره در نزدیکی محل زندگی تان با زبانهای مختلف آگاه می کند!



رایگان محرمانه علمی

تحقیقات و پژوهش به پریپارد (BePrepared)

برای بهبود بیشتر برنامه و آزمایش اثر بخشی آن، از هر شخصی سؤالاتی پرسیده می شود. برای شما این بدان معنی است:

برنامه را به صورت رایگان در Play Store



دانلود کنید.



به سؤالات ورودی پاسخ دهید.



از برنامه استفاده کنید.



بعد از ۴ هفته، ۳ ماه و ۶ ماه دوباره به

سؤالات پاسخ دهید



بعد از هر نظر سنجی شما شانس دریافت کوپن

به ارزش ۱۰-۱۵ یورو دارید!



ما سکوت می کنیم و از داده های شما محافظت می کنیم!

داده ها و اطلاعات شما مطابق با استانداردهای مدرن در طول استفاده از اپلیکیشن محافظت می شود. هیچ چیزی که شما در مورد خودتان آشکار نکنید، منتقل نخواهد شد.

مسئول

موسسه المانی تحقیقات اعتیاد و پیشگیری

(DISuP)، دانشگاه کاتولیک NRW

- مدیریت: پرفسور دکتر میشایل کلاین
- محتوا، مفهوم و هماهنگی
- کارشناسی ارشد روانشناسی لاورا فیشر
- کارشناسی ارشد روانشناسی ورا کولیگان
- کارشناسی ارشد سیما بنهت

ازمایشگاه هوش مصنوعی توزیع شده (DAI-Labor)، دانشگاه

صنعتی برلین

- مدیریت: پرفسور دکتر ساهین البایراک
- اجرای فنی:

نیزار بن ساسی، مهندس کامپیوتر.

پاول زیرنیکه، مهندس کامپیوتر

- برنامه و طراحی:

دکتر یورن شولچ

یون یو وانگ

ترجمه

Bonner Institut für Migrationsforschung und Interkulturelles Lernen e. V.: Ihab El Sharkawi, Mohamed Inalo (arabisch), Djabar Kamalizade (farsi), Marie Lomberg (englisch), Dr. Abdullah Mohmand (paschtu)

Transfernetzwerk Soziale Innovation – s_inn:
Laura Corsten (englisch)

شرکا کار(مؤسساتی که با هم از نظر کاری و تخصصی همکاری می کنند)

- Bonner Institut für Migrationsforschung und Interkulturelles Lernen (BIM) e.V.
- Deutsches Rotes Kreuz (DRK) Köln
- Evangelische Jugendhilfe Godesheim gGmbH
- Sozialdienst Katholischer Männer (SKM) Köln e.V.
- Stadt Köln (Wohnungswesen)